

LISTA PRODUKTÓW

- ❖ pieczywo pełnoziarniste
- ❖ polędwica z indyka 20g
- ❖ oliwa z oliwek
- ❖ ser żółty (23%)
- ❖ sałata lodowa
- ❖ rzodkiewka 20g
- ❖ papryka (czerwona, żółta)
- ❖ herbata (czerwona, owocowa)
- ❖ ananas 100g
- ❖ mango 50g
- ❖ orzechy włoskie
- ❖ otręby pszenne
- ❖ jogurt naturalny (1,5%)
- ❖ cytryny
- ❖ kalafior 100g
- ❖ włoszczyzna
- ❖ ziemniak 50g
- ❖ kostka rosółowa (bez soli)
- ❖ wołowina 70g
- ❖ olej rzepakowy
- ❖ cebula 25g
- ❖ czosnek
- ❖ papryka czerwona słodka mielona
- ❖ tymianek suszony
- ❖ pomidor 50g
- ❖ jogurt grecki light
- ❖ pieprz
- ❖ kasza pęczak 30g
- ❖ jabłko (kwaśne)
- ❖ migdały
- ❖ rodzynki
- ❖ serek biały light (3%)
- ❖ ogórek zielony 50g
- ❖ koperek
- ❖ pomidorki koktajlowe 6szt.
- ❖ pomidory suszone
- ❖ oliwki zielone
- ❖ kiełki
- ❖ bazylia świeża
- ❖ ocet balsamiczny